

9. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 53, ст. 7598; 2014, N 30, ст. 4257).
10. Черепанов В.С., Шихов Ю.А. О проблеме фундаментализации инженерного образования: концепция, программно-целевой подход // Вестник ИжГТУ им. М.Т. Калашникова. 2004. № 3.
11. Шихова О.Ф. Некоторые подходы к проектированию стандартов профессионального образования // Профессиональное образование. Столица. 2005. №8.

УКД 37.011.31

*М. Р. Гатауллин
Казанский федеральный университет,
г. Казань, Россия*

СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ КАК ВАЖНОЕ КАЧЕСТВО В РАБОТЕ БУДУЩЕГО ПЕДАГОГА

Аннотация. Современная социокультурная ситуация предъявляет значительные требования ко всем аспектам образовательной деятельности, в частности к личности педагога. Вместе с тем, профессия педагога, в силу своей специфики, несет в себе множество факторов, которые способны привести к деформации личности педагога. К одним из таких факторов относится профессиональный стресс педагога, который, вместе с тем, оказывает отрицательное влияние на эффективность педагогической деятельности. Именно поэтому одним из профессионально важных качеств личности педагога становится стрессоустойчивость. В данной статье рассматриваются основные причины появления профессионального стресса, описываются его негативные проявления, раскрывается понятие стрессоустойчивости, как важного качества в работе будущего педагога и описываются основные факторы, влияющие на формирование данного качества.

Ключевые слова: педагогическая деятельность, стрессоустойчивость педагога, будущий педагог.

Профессия педагога выступает как одна из наиболее интеллектуально и эмоционально напряженных видов профессиональной деятельности и входит в группу профессий с большим количеством стрессоров [4. с. 57]. Именно поэтому, проблема стресса в профессиональной деятельности педагога и пути преодоления профессионального стресса являются актуальными на современном этапе.

Е.П. Ильин связывает появление стресса у преподавателей со следующими факторами:

- Восприятие и осмысление одновременных коммуникаций разнообразного характера;
- Специфика поведения и отношения учащихся;
- Постоянное изменение ситуаций в процессе деятельности и общения;
- Взаимодействие с различными социальными группами (учащимися, родителями), часто с возникновением ситуаций, по поводу успеваемости и поведении учащихся [3. с. 293].

К другим причинам развития профессионального стресса педагога также можно отнести и наличие высокой личной ответственности за качество учебно-воспитательного процесса, организационные недостатки и активно меняющиеся

требования различных образовательных реформ и нововведений, которые требуют от педагогов постоянного освоения новых видов деятельности в максимально сжатые сроки.

Проявления профессионального стресса педагогов разнообразны и обширны, к основным из них относятся:

- Фрустрированность, которая выражается в постоянном проявлении педагогом крайней неудовлетворенности, разочаровании и раздражении. В ситуации фрустрации, возникающей в ходе профессиональной деятельности педагога проявляются различные формы психологической защиты, выражающиеся в стереотипных формах поведения, неуверенности в себе, что характерно для профессиональной деформации [2 с. 7]

- Тревожность, которая характеризуется эмоциональным напряжением, постоянным беспокойством, озабоченностью и нервозностью. Так учителя с высокой личностной тревожностью обладают более низкой самооценкой и авторитарным стилем преподавания. Снижение самооценки педагога, в свою очередь приводит к появлению одного из качеств, затрудняющих общение учителя с учеником - нерешительности.

- Озлобленность и агрессия, которые могут выражаться как физически, так и вербально. Например, наиболее характерные признаки агрессии, отмеченные в поведении педагогов: стучание кулаком по столу, хлопанье дверью при уходе из помещения (проявление косвенной физической агрессии); словесное оскорбление ученика, запреты, высказанные ему лично (проявление прямой вербальной агрессии); негативные оценки ученика «за его спиной» (проявление косвенной вербальной агрессии); а также, в крайних случаях, однако имеющих место в современной педагогической практике - физическое воздействие на ученика, как проявление прямой физической агрессии. Так, агрессивное поведение педагогов всех уровней является довольно распространенным явлением в современной педагогической практике, на что указывает ряд исследований.

Также к проявлениям профессионального стресса педагога можно отнести общее недомогание, депрессию, хроническую усталость и потерю сна.

Частые стрессовые ситуации приводят к хроническому эмоциональному напряжению, переутомлению, деперсонализации и, впоследствии, к «эмоциональному выгоранию», как особому физическому, эмоциональному и умственному истощению педагога.

Вышеописанные проявления не только ухудшают общее состояние здоровья педагога и его профессионализм, но и во многом значительно снижают эффективность педагогической деятельности. Также немаловажным становится тот факт, что дети склонны к неосознанному подражанию внешних проявлений и манер поведения взрослых, в том числе и учителя. В таком случае агрессивное или тревожное поведение педагога может быть «скопировано» учениками. Некоторые ученики, в особенности старшие школьники, обладают достаточно развитой критичностью и способны отделять в учителе плохое от хорошего, что исключает возможность подражания и копирования отрицательных проявлений в поведении, однако, в таком случае учитель теряет авторитет в глазах ученика, и эффективность его педагогической деятельности значительно снижается.

Данные положения дают основания сделать вывод о том, что одним из профессионально важных качеств будущего педагога выступает стрессоустойчивость.

По мнению А.А. Баранова стрессоустойчивость педагога является одним из тех качеств личности, от которого зависит не только успешность овладения педагогической деятельностью и усиление продуктивности образовательного процесса, но и самореализация будущего педагога, как личности [1]. В своих исследованиях автор

также указывает на то, что ведущая роль в системе противодействия стрессу у педагогов-мастеров принадлежит адаптации, которая заключается в продуктивном разрешении педагогических проблемных ситуаций и задач. Вместе с тем, стрессоустойчивость молодых педагогов и педагогов низкого профессионального уровня, в большей мере функционирует на подстраивании под изменяющиеся ситуации, с целью понижения эмоциональной напряженности. Такое «подстраивание» не способно устранить источник стресса (проблему) и имеет псевдоадаптационный характер.

В современной психологической практике не существует единой концепции, раскрывающей понятие стрессоустойчивости педагога. Так, отечественными исследователями, стрессоустойчивость рассматривается с различных позиций:

- Стрессоустойчивость педагога как индивида, которая рассматривается с точки зрения общих теорий и моделей стресса.

- Стрессоустойчивость педагога как личности, на формирование которой, во многом влияют определенные свойства нервной системы темперамента, система мотивов и характер самооценки педагога;

- Стрессоустойчивость педагога как субъекта профессиональной педагогической деятельности, которая в современной практике рассматривается в двух аспектах: а) как общая стрессоустойчивость, связанная с осуществлением педагогом процессуальных и функциональных компонентов любой деятельности. б) как профессиональная стрессоустойчивость, которая проявляется в особенностях реализации процессуальных и функциональных компонентах конкретно педагогической деятельности.

- Стрессоустойчивость педагога как индивидуальности, которая рассматривается как многокомпонентное качество и индивидуальная психическая способность.

- Стрессоустойчивость педагога, как правило, отождествляется с такими способностями и личностными качествами личности, как:

- Эмоциональная устойчивость и способность контролировать эмоции;
- Способность быстро принимать решения в экстремальных ситуациях;
- Способность преодолевать состояние эмоционального напряжения и возбуждения при выполнении профессиональной деятельности;

- Определенное свойство темперамента, позволяющее выполнять педагогическую деятельность с оптимальным использованием резерва нервно-психической эмоциональной энергии;

- Устойчивое преобладание положительных эмоций;

В целом можно говорить о том, что стрессоустойчивость педагога заключается в умении преодолевать эмоциональное напряжение, подавлять негативные проявления в поведении, вызванные стрессовыми ситуациями, проявлять выдержку и такт. Стрессоустойчивость определяется совокупностью личностных качеств, которые позволяют будущему педагогу переносить, связанные с педагогической деятельностью интеллектуальные, эмоциональные и волевые нагрузки, без особых последствий для его профессиональной деятельности и здоровья.

Многочисленные исследования по дифференциальной психофизиологии показывают, что более устойчивыми к стрессу являются лица с сильной нервной системой и низким уровнем тревожности. И эти факторы являются одинаково значимыми для всех педагогов, в независимости от уровня их профессионализма. Однако, в психологической практике выделяют несколько факторов, которые во многом позволяют смягчить воздействие стресса на психическое и физическое здоровье и повысить стрессоустойчивость педагога. К таким факторам относятся:

- Социальная поддержка, которая включает все виды помощи, предоставляемой педагогу окружающими его людьми;

- Релаксация, как самостоятельная деятельность педагога, направленная на сохранение психического и физического здоровья. Релаксация активизирует деятельность нервной системы и регулирует настроение и степень психического возбуждения.

В настоящее время существует достаточно большое количество способов преодоления профессионального стресса педагога, к ним относятся разнообразные тренинги, психотехнические игры и упражнения, которые условно разделяются на пять типов: игры релаксации, адаптационные игры, игры-формулы, игры - освобождения, игры-коммуникации. Их арсенал довольно обширен, однако все они, в основном направлены на снятие последствий стресса. Приоритетным же выступает формирование стрессоустойчивости педагога, в особенности будущего педагога, которая обеспечит минимизацию данных последствий.

Основным психологическим условием формирования стрессоустойчивости будущего педагога является положительное отношение к себе, к педагогической деятельности и её участникам. А. А. Баранов и Е. П. Ильин в своих исследованиях, посвященных изучению профессионального стресса педагога и формированию стрессоустойчивости, отмечали, что педагог, обладающий положительной и адекватной самооценкой, способен справляться с различными стрессовыми ситуациями, связанными с педагогической деятельностью. У педагогов, позитивно воспринимающих себя, повышается уверенность в своих силах, проявляются стремления к активному саморазвитию и самореализации, что качественно повышает эффективность его профессиональной деятельности. Тогда как педагог с низкой самооценкой, столкнувшись с разнообразными проблемами, будет воспринимать окружающий мир через призму своих переживаний и тревог, прибегать к авторитарному стилю, что, в свою очередь, отрицательно скажется на эффективности его педагогической деятельности.

Обеспечение формирования стрессоустойчивости будущего педагога может быть реализовано через следующие формы:

- Использование разнообразных методов саморегуляции, широко представленных в современной психолого-педагогической практике, например «Тренинг эмоциональной устойчивости педагога» Е.М. Семеновой

- Саморефлексия, самонаблюдение и самопознание, осознание своих индивидуально-психологических и типологических особенностей, для выявления которых можно использовать методики ТПО К. Леонгарда, «Диагностику межличностных отношений» Т. Лири, «Индивидуально-типологический опросник» Л.Н. Собчик и др.

- Формирование положительной «Я концепции» и положительной самооценки [5. с. 273]

Подводя итог, отметим, что стрессоустойчивость лежит в основе успешности педагогической деятельности. Стрессоустойчивость, как одно из качеств будущего педагога, во многом, позволит ему не только сохранить физическое и психическое здоровье и предотвратить «эмоциональное выгорание», но значительно повысить эффективность его педагогической деятельности. Ведь только счастливый педагог способен воспитать счастливого ученика.

Литература

1. Баранов А.А Психология стрессоустойчивости педагога: теоретические и прикладные аспекты: автореф. дис. д-ра психол. наук / А.А Баранов. - СПб., 2002.- 48с.

2. Гумирова Г.Ф. Психологические особенности профессиональной деятельности в образовательной среде // Научно-методический электронный журнал «Концепт». - 2015. - Т. 26. - С. 6 - 10.
3. Ильи Е.П. Психология для педагогов. – Спб.; Питер, 2012. -640 с.: ил.- (Серия «Мастера психологии»)
4. Профессиональный и организационный стресс: диагностика, профилактика и коррекция: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (г. Астрахань , 7-8 октября 2011г.) / под ред. Б.В. Кайгородова, Н. В. Майсак. - Астрахань: Астраханский государственный университет, Издательский дом «Астраханский университет», 2011. - 207 с.
5. Реан, А.А. Социальная педагогическая психология/ А.А Реан, Я.Л Коломинский. - Спб.: Прайм - ЕВРОЗНАК, 2008.- 574 с.

УДК 377

*Р.Х. Гильмеева,
ФГБНУ «Институт педагогики, психологии
и социальных проблем», г. Казань, Россия
С.Ю. Грузкова,
ФГБНУ «Институт педагогики, психологии
и социальных проблем», г. Казань, Россия*

ФОРМИРОВАНИЕ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ КОМПЕТЕНЦИИ СТУДЕНТОВ ГУМАНИТАРНОГО ПРОФИЛЯ В ПРОЦЕССЕ НАУЧНО- ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аннотация. В статье рассматривается актуальность формирования исследовательской компетенции у студентов гуманитарного профиля, в частности будущих педагогов. В качестве системообразующих компонент исследовательской компетенции, отражающих особенности исследовательского процесса выделены: мотивационно-личностная, теоретико-познавательная и конструктивно-проектировочная. Отмечены дидактические условия, необходимые для формирования исследовательской компетенции студентов гуманитарного профиля. Отмечается, что процесс формирования исследовательской компетенции состоит из ряда процессуально-дидактических этапов и реализуется на уровне психологической, научно-педагогической и практической готовности студентов.

Ключевые слова: исследовательская компетенция, студенты, педагог; научно-исследовательская деятельность, гуманитарный профиль.

В современных условиях отмечается изменение взглядов на современное образование. Подготовка специалистов, в том числе гуманитарного профиля, осуществляется не на знаниевой, а на концептуальной основе, в рамках компетентностного подхода, в котором приоритетным является не усвоение готовых знаний, а самостоятельный поиск новых и их применение при решении различных профессиональных задач, посредством усиления деятельностной составляющей образования [4].

Понятие «деятельность», согласно С.Л. Рубинштейну, рассматривается и как деятельность субъекта и как взаимодействие субъекта с объектом. Тем же автором подчеркивается, что деятельность характеризуется предметностью, содержательностью, творческим потенциалом и самостоятельной составляющей.